

02
2018

EUROPAS NR. 1

Deutschland 5,20 €

bike

bike

24 Seiten

MEGA-GUIDE TRANSALP

Neue Routen, Tipps
& Training

NIE MEHR PLATT?

6 Pannenschutz-Systeme im Test

CANYON 2018

Super-Tourer Spectral ganz neu

WARME HOSEN

Weit oder eng? 12 Modelle im Test

SUPERTRAILS

Roadtrip zu den besten
Singletrails der Alpen

1X1
FÜR SCHRAUBER
Notreparaturen
auf Tour

Schneller Spaß RACEBIKES

**Rennstreckentest: Hardtails gegen Fullys
10 Modelle von 4000 bis 4500 Euro**



4 191014 150520 02

H 10145, Slovenia 7,00 €; Finnland 7,50 €; Japan 6,80 €; Portugal (Cont.) 6,00 €; Schweden 7,00 €; Spanien 5,90 €; Österreich 6,00 €; Schweiz 6,50 €; Dänemark 6,00 DKK; Griechenland 5,00 €; Italien 5,00 €

ESSENZIELLES FÜR DIE TRANSALP

SCHUHE Ein Transalp-tauglicher Schuh sollte Folgendes leisten können: gute Kraftübertragung im Pedal sowie trittsicheres und komfortables Gehen bei genügend Schutz gegen Steine und Geröll. Der Specialized Rime mit Vibram-Sohle erfüllt all diese Anforderungen. Steife Race-Schuhe haben hier nichts verloren.



RUCKSACK Der ideale Rucksack fasst zwischen 25 und 30 Liter und sollte über ein gutes Tragesystem verfügen, welches das Gewicht gut verteilt und den Rucksack sicher an seinem Platz hält. Viele Modelle neigen in steilen Abfahrten zum Hochrutschen. Der Vaude Bike Alpin wiegt unter 1000 Gramm und kostet 110 Euro. Der Evoc Explorer ist etwas schwerer, konnte auf unserer Deutschland-Tour aber bereits durch seinen hervorragenden Sitz überzeugen.



PACKTASCHE Wer sich nicht alle Last auf den Rücken schnallen will, kann mit Rahmen- und Lenkertaschen die Last verteilen. Die Revelate Sweet Roll kommt an den Lenker und kann Hüttenschlafsack oder Klamotten aufnehmen.



SCHLAFSACK Wer über die Berge will, muss gut schlafen und nachts regenerieren. Ein leichter Hüttenschlafsack (unter 250 Gramm) kann, je nachdem wohin die Reise führt, ein unverzichtbarer Begleiter sein.

ERSTE HILFE Ein vollständiges und aktuelles Erste-Hilfe-Set gehört in jeden Rucksack. So lassen sich kleinere Blessuren ideal versorgen. Statt alles doppelt mitzuschleppen, können auch hier manche Sachen in der Gruppe aufgeteilt werden.

KLAMOTTEN Regenjacke, aber auch kurze Regen-hosen zählen zur Pflichtausrüstung auf der Alpen-Tour. So werden kurze Schauer zum Kinderspiel, und auch Hintern samt Sitzpolster bleiben angenehm trocken. Statt kurze und lange Trikots/Hosen mitzuschleppen, können Arm- und Beinlinge eine gewichts- und platzsparende Ergänzung sein.

Je nach Route machen auch leichte, bequeme Knieschoner Sinn, die auch als Kälteschutz super funktionieren.

Aufstiegshilfe

Der Hook-A-Bike ist eine Aufstiegshilfe, mit der sich das Bike in Tragepassagen am Rucksack fixieren lässt. Neben dem Peak-Rider (www.bike-magazin.de, Webcode #37511) eine weitere Alternative, die das Bike-Tragen deutlich angenehmer machen soll. Die Hände bleiben frei, und das Gewicht lastet auf dem Rucksack.

www.pushcomponents.com